

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN
UPAYA KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA DIABETES
MELLITUS TIPE 2 DI SURAKARTA**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada Jurusan
Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan**

Oleh :

NADA ISHLAHATI IRNING PUTRI

J410170111

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN UPAYA
KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI
SURAKARTA**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

NADA ISHLAHATI IRNING PUTRI

J410170111

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh

Dosen Pembimbing



Anisa Catur Wijayanti, S.KM.,M.Epid

NIK. 1552

HALAMAN PENGESAHAN

Berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN UPAYA
KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI
SURAKARTA**




Oleh:

**NADA ISHLAHATI IRNING PUTRI
J 410 170 111**

Dipertahankan di hadapan Tim Penguji
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada Tanggal 21 Mei 2021

Pembimbing


**Anisa Catur Wijayanti, S.KM., M. Epid
NIK. 1552**

Ketua Penguji : Anisa Catur Wijayanti, S.KM., M.Epid (.....)
Anggota Penguji I : Tanjung Anitasari I.K, S.KM., M.Kes (.....)
Anggota Penguji II : Kusuma Estu Werdani, S.KM., M.Kes (.....)

Menyetujui,

Kaprodi Kesehatan Masyarakat


Sri Darnoto, S.K.M., M.P.H

NIK. 1015

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta


Irdawati, S.Kep, Ns., M.Si.Med

NIK. 753

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa publikasi ilmiah ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, 21 Mei 2021

Yang Menyatakan



Nada Ishlahati Irning Putri

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN UPAYA KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI SURAKARTA

Abstrak

Latar Belakang : Diabetes Mellitus merupakan suatu penyakit karena kelainan metabolisme glukosa dalam tubuh manusia. Pengelolaan DM bertujuan untuk mempertahankan kadar glukosa darah sehingga tetap pada batas normal. Dalam menstabilkan kadar glukosa darah pada penderita DM tipe 2 yaitu dengan meningkatkan kepatuhan diet untuk mencegah terjadinya komplikasi. Kepatuhan diet penderita DM tipe 2 dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap penderita terhadap diet DM tipe 2. **Tujuan :** Mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan diet pada penderita DM tipe 2 di Surakarta. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian observasional yang menggunakan metode penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian sebanyak 82 orang yang diperoleh menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui angket dan wawancara dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner. Analisis data menggunakan uji chi-square. **Hasil :** Ada hubungan antara pengetahuan ($p=0,000$) dan sikap ($p=0,000$) dengan upaya kepatuhan diet Diabetes Mellitus tipe 2 di Surakarta. **Saran :** Bagi penderita DM tipe 2 diharapkan lebih aktif mencari informasi mengenai diet DM tipe 2 agar memiliki pengetahuan dan sikap yang baik, dan diharapkan responden selalu mematuhi penatalaksanaan diet DM tipe 2 dengan baik dan benar dengan memperhatikan jadwal, jenis, dan jumlah dalam dietnya.

Kata kunci : Pengetahuan, Sikap, Kepatuhan Diet, Diabetes Mellitus tipe 2

Abstract

Background : Diabetes Mellitus is a disease caused by abnormalities in glucose metabolism in the human body. DM management aims to maintain blood glucose levels so that they remain at normal limits. In stabilizing blood glucose levels in people with type 2 diabetes, namely by increasing dietary compliance to prevent complications. Dietary compliance of type 2 diabetes mellitus sufferers is influenced by the knowledge and attitudes of patients with type 2 diabetes mellitus. **Purpose :** To determine the relationship between knowledge and attitudes with dietary compliance in type 2 diabetes mellitus sufferers in Surakarta. **Methods :** This research is an observational study that uses quantitative analytical research methods with a cross-sectional approach. The research sample of 82 people was obtained using purposive sampling technique. Data collection was carried out through questionnaires and interviews using an instrument in the form of a questionnaire. Data analysis used the chi-square test. **Result :** There was a relationship between knowledge ($p = 0.000$) and attitude ($p = 0.000$) with dietary compliance efforts of Diabetes Mellitus type 2 in Surakarta. **Suggestion :** Researchers suggest that people with type 2 DM are expected to be more active in seeking information about the type 2 DM diet in order to have good knowledge and attitudes, and it is hoped that respondents will always adhere to the management of the type 2 DM diet properly and correctly by paying attention to the schedule, type, and amount in their diet.

Keywords: Knowledge, Attitude, Diet Compliance, Type 2 Diabetes Mellitus

1. PENDAHULUAN

Penyakit *Diabetes Mellitus* merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi permasalahan di dunia khususnya di Indonesia. *Diabetes Mellitus* merupakan penyakit metabolik akibat peningkatan kadar glukosa darah dimana tubuh tidak dapat menghasilkan cukup hormon insulin atau tidak mampu menggunakan insulin secara efektif yang pada perjalanannya akan menimbulkan berbagai komplikasi baik akut maupun kronis apabila tidak dikendalikan dengan baik (IDF, 2017). Jumlah penderita *Diabetes Mellitus* secara global meningkat dilaporkan jumlah pasien *Diabetes Mellitus* di dunia pada tahun 2017 sebanyak 425 juta penderita dengan usia antara 20-79 tahun. Prevalensi *Diabetes Mellitus* di dunia dengan usia yang distandarisasi telah mengalami peningkatan hampir dua kali lipat sejak tahun 1980, meningkat 4,7% menjadi 8,5% pada populasi orang dewasa. Sementara itu, prevalensi *Diabetes Mellitus* berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk semua umur yang ada di Indonesia menurut yaitu sebesar 1.017.290 jiwa (Risikesdas, 2018).

Di Indonesia prevalensi penyakit *Diabetes Mellitus* menunjukkan adanya peningkatan angka kejadian dari 6,9% menjadi 8,5%, data *International Diabetes Federation* menunjukkan lebih dari 10 juta penduduk Indonesia menderita penyakit *Diabetes Mellitus*. Sementara itu menurut Profil Kesehatan Jawa Tengah tahun 2018 kasus *Diabetes Mellitus* mencapai 51.284 jiwa dengan angka kejadian penyakit sebesar 20,57%, di Provinsi Jawa Tengah prevalensi *Diabetes Mellitus* pada tahun 2018 sebesar 2,1 (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2018). Menurut Risikesdas (2018) di Provinsi Jawa Tengah kejadian DM paling tinggi terjadi di Kota Surakarta yaitu sebesar 1.370 kasus, jika dibandingkan dengan kota lainnya di Jawa Tengah seperti Kota Salatiga, Kota Tegal, dan Kota Pekalongan. Berdasarkan data dari Dinkes Surakarta, kasus DM pada tahun 2018 dari data tercatat di puskesmas sebanyak 8.129 kasus dengan kasus DM tipe 1 sebanyak 7.979 kasus dengan kasus DM tipe 2 sebanyak 6.579 (Dinkes Surakarta, 2018).

Diabetes Mellitus merupakan penyakit kronik yang dapat berakibat fatal bila pengendaliannya tidak tepat. Diet gizi seimbang merupakan salah satu hal penting di dalam upaya pengendalian *Diabetes Mellitus* yang mana tidak hanya ditujukan untuk menormalkan kadar glukosa darah tetapi juga mengendalikan faktor risiko lainnya yang sering dijumpai pada penderita DM. Upaya pengendalian *Diabetes Mellitus* sangat dipengaruhi oleh kepatuhan penderita dalam melakukan diet gizi seimbang. Kepatuhan menjalankan diet merupakan tingkat pasien melaksanakan cara pengobatan dan perilaku yang disarankan oleh

dokter sebagaimana ketentuan yang disarankan dan menjalankan anjuran agar penyakitnya dapat terkontrol. Pada pelaksanaannya kepatuhan dalam melaksanakan diet DM masih sulit dilaksanakan, baik dari segi jadwal, jenis maupun jumlah diet yang sudah ditetapkan, hal ini dikarenakan banyak penderita DM yang merasa terbebani sehubungan dengan jenis jumlah dan jadwal yang dianjurkan. Ketidakpatuhan ini merupakan salah satu hambatan tercapainya tujuan dalam penatalaksanaan DM (Smeltzer, 2009). Menurut penelitian Setyani (2007), sebanyak 57% pasien tidak patuh menjalankan diet DM. Keberhasilan pelaksanaan upaya pengendalian dan upaya preventif komplikasi *Diabetes Mellitus* lainnya bergantung pada sikap, pengetahuan, dan perilaku penderita *Diabetes Mellitus* dalam menjalaninya yaitu kepatuhan pasien terhadap diet.

Terdapat beberapa penelitian yang dimaksudkan untuk mengurangi kejadian *Diabetes Mellitus*. Dalam penelitian yang dilakukan Perdana (2013) tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan pengendalian kadar glukosa darah pada pasien DM tipe 2 diperoleh hasil adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kendali kadar glukosa darah. Hal ini didukung oleh penelitian Nina (2008) yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan penyakit dan komplikasi pada penderita DM dengan tindakan mengontrol kadar gula darah. Namun hal tersebut berbanding terbalik dengan penelitian Ucik (2010) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan pengendalian glukosa darah.

Faktor risiko penyakit *Diabetes Mellitus* sangat erat kaitannya dengan perilaku dan sikap penderita yang tidak sehat, serta adanya perubahan gaya hidup seperti diet tidak sehat dan tidak seimbang, kurang aktivitas fisik, mempunyai berat badan berlebih (obesitas), hipertensi, dan konsumsi alkohol serta kebiasaan merokok, disamping faktor faktor risiko lain seperti usia, jenis kelamin, dan keturunan. Menurut Notoadmojo (2013), yang mana terdapat juga banyak faktor lainnya yang mempengaruhinya seperti karakteristik individu yakni diantaranya pengetahuan dan sikap penderita *Diabetes Mellitus* yang dapat meningkatkan kejadian kasus penyakit *Diabetes Mellitus*. Pengetahuan merupakan sarana yang dapat membantu penderita menjalankan pengendalian DM yang selanjutnya dapat mengendalikan kondisi penyakitnya sehingga penderita dapat hidup dengan kualitas hidup yang baik. Sikap penderita dipengaruhi oleh pengetahuan, dalam hal ini pengetahuan penderita sangat penting karena pengetahuan akan membawa penderita untuk menentukan sikap dalam upaya pengendalian *Diabetes Mellitus* dimana tingkat pengetahuan dapat mempengaruhi sikap seseorang (Dwi, 2015).

Berdasarkan uraian latar belakang yang dikemukakan di atas, maka disimpulkan permasalahan bahwa di Jawa Tengah khususnya di daerah Surakarta mempunyai angka penemuan kasus *Diabetes Mellitus* yang cukup tinggi, sehingga dapat menjadi tolak ukur dalam mengukur sejauh mana upaya pengendalian penyakit tersebut, terkait dengan hal tersebut peneliti ingin menganalisis hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan upaya kepatuhan diet pada penderita *Diabetes Mellitus* tipe 2 di Surakarta.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional yang menggunakan metode penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*, yaitu penelitian yang dilakukan pengukuran atau pengambilan data untuk menganalisis hubungan antara variabel bebas (pengetahuan dan sikap) dengan variabel terikat (upaya pengendalian *Diabetes Mellitus* tipe 2) di Surakarta dalam satu waktu. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pajang, Puskesmas Penumping, Puskesmas Sibela, Puskesmas Sangkrah dan Puskesmas Gilingan di Surakarta sebanyak 1.297 orang. Perhitungan sampel perhitungan menggunakan rumus Lameshow dan diperoleh jumlah sampel minimal dalam penelitian ini adalah 73 responden penderita *Diabetes Mellitus* tipe 2. Mengantisipasi efek non-respons, maka jumlah sampel minimal yang diperlukan sebanyak 81 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel yang didasarkan atas pertimbangan dan sesuai dengan kriteria inklusi maupun eksklusi.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan metode angket dan wawancara menggunakan instrumen kuesioner yang diberikan kepada responden yang telah menyetujui menjadi responden penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan upaya kepatuhan diet pada penderita DM tipe 2 di Surakarta. Data diperoleh melalui kuesioner yang diisi oleh responden melalui formulir survey daring yang telah disediakan oleh peneliti yang dilakukan secara *accidental* kepada pasien rawat jalan di puskesmas dan terjun langsung atau *door to door* untuk mewawancarai pasien DM dan dilakukan di bawah pengawasan puskesmas terkait. Jika terdapat responden yang tidak memahami pengisian formulir, maka pengambilan data akan dilakukan melalui telepon atau melalui wawancara langsung ke responden dengan tetap mematuhi protokol kesehatan yang telah ditetapkan. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *chi square*. Variabel pengetahuan dikategorikan pengetahuan baik dan pengetahuan kurang, variabel sikap

dikategorikan sikap positif dan sikap negatif, serta variabel kepatuhan diet dikategorikan patuh dan tidak patuh. Instrumen penelitian ini diuji validitas di Puskesmas Gajah Surakarta. Hasil uji reliabilitas dari kuesioner pengetahuan $0,66 > \text{konstanta } (0,6)$ hasil uji reliabilitas dari kuesioner sikap adalah $0,708 > \text{konstanta } (0,6)$ dan hasil uji reliabilitas dari kuesioner kepatuhan diet adalah $0,884 > \text{konstanta } (0,6)$. Sebanyak 11 dari 14 pertanyaan pengetahuan valid, terdapat 12 dari 15 pertanyaan sikap yang valid, dan sebanyak 20 dari 22 pertanyaan kepatuhan diet yang valid.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Karakteristik Responden

Pada penelitian ini dapat diketahui karakteristik responden meliputi meliputi umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan riwayat keluarga dengan penyakit Diabetes Mellitus dan asal puskesmas. Hasil distribusi frekuensi responden tersebut dapat dilihat pada Tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia Responden		
35-45 tahun	5	6,1
46-55 tahun	22	26,8
56-65 tahun	33	40,2
66-74 tahun	20	2,4
75-90 tahun	2	2,4
Mean	59,91	
Min-Max	37-81	
Standar Deviasi	8,812	
Jenis Kelamin		
Laki-laki	19	23,2
Perempuan	63	76,8
Tingkat Pendidikan		
Tidak Sekolah	6	7,3
SD	23	28,0
SMP	17	20,7
SMA	25	30,5
Perguruan Tinggi	11	13,4
Riwayat Keluarga		
Ada	42	51,2
Tidak ada	40	48,8
Lama Menderita		
≤ 5 tahun	43	52,4
> 5 tahun	39	47,6
Mean	8,37	
Min-Max	0,5-40	

Asal Puskesmas		
Pajang	27	32,9
Sangkrah	24	29,3
Gilingan	12	14,6
Penumping	13	15,9
Sibela	6	7,3
TOTAL	82	100

Sumber: Data Primer terolah April 2021

Jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 82 responden. Umur responden berkisar 35-90 tahun dan yang terbanyak pada usia 56-65 tahun sebanyak 33 orang (40,2%). Berdasarkan jenis kelamin, menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 63 (76,8%). Responden dan distribusi tingkat pendidikan responden terbanyak yaitu pendidikan SMA sebanyak 25 (30,5%). Responden sebagian besar mempunyai riwayat keluarga dengan penyakit Diabetes Mellitus yaitu sebanyak 42 orang (51,2%). Responden dan distribusi lama menderita terbanyak adalah responden dengan lama menderita 0,5-5 tahun yaitu sebanyak 43 responden (52,4%). Berdasarkan data asal puskesmas, responden paling banyak berasal dari Puskesmas Pajang yaitu sebanyak 27 orang (32,9%) dan puskesmas dengan responden paling sedikit yaitu berasal dari Puskesmas Sibela yaitu sebanyak 6 orang (7,3%).

3.2 Analisis Univariat

Analisis univariat menampilkan distribusi frekuensi yaitu variabel bebas (pengetahuan dan sikap penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Surakarta) dan variabel terikat (upaya kepatuhan diet) yang dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Pengetahuan		
Kurang	37	45,1
Baik	45	54,9
Sikap		
Negatif	39	47,6
Positif	43	52,4
Kepatuhan Diet		
Tidak Patuh	37	45,1
Patuh	45	54,9

Sumber: Data Primer terolah Februari 2021

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa diketahui bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 45 orang (54,9%) lebih banyak dibanding dengan responden dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 37 orang (45,1%). Sedangkan responden yang mempunyai sikap positif sebanyak 43 responden (52,4%) lebih banyak dibandingkan dengan dengan responden dengan sikap negatif yaitu sebanyak 39 responden (47,6%). Pada variabel kepatuhan diet sebagian besar responden sudah memiliki perilaku kepatuhan diet yaitu sebanyak 45 responden (54,9%).

Hasil distribusi frekuensi masing-masing dimensi dari variabel kepatuhan diet yaitu sebagai berikut :

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet Dimensi Jadwal, Dimensi Jenis dan Dimensi Jumlah

Dimensi Kepatuhan Diet	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jadwal		
Tidak patuh	37	45,1
Patuh	45	54,9
Jenis		
Tidak patuh	35	42,7
Patuh	47	57,3
Jumlah		
Tidak patuh	39	47,6
Patuh	43	52,4
TOTAL	82	100

Sumber: Data Primer terolah Februari 2021

Pada variabel kepatuhan diet terdapat 3 dimensi kepatuhan diet yaitu kepatuhan jadwal, jenis, dan jumlah yang terdapat dalam tabel 8. Pada kepatuhan diet jadwal terdapat sebanyak 45 responden (54,9%) patuh terhadap pelaksanaan jadwal diet Diabetes Mellitus dan sisanya sebanyak 37 (45,1%) responden tidak patuh terhadap pelaksanaan jadwal diet Diabetes Mellitus. Pada kepatuhan diet jenis terdapat 47 responden (57,3%) patuh terhadap pelaksanaan diet jenis Diabetes Mellitus dan sebanyak 35 responden (42,7%) tidak patuh terhadap diet jenis Diabetes Mellitus. Pada kepatuhan diet jumlah terdapat sebanyak 43 responden (52,4%) yang patuh terhadap diet jumlah, dan sisanya sebanyak 39 responden (47,6%) tidak patuh terhadap diet jumlah.

3.3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk mencari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dengan menggunakan uji statistik. Uji statistik yang digunakan yaitu uji

Chi-Square dengan tingkat kepercayaan (CI) 95% dan tingkat kemaknaan 0,05. Berikut adalah hasil analisis bivariat masing-masing variabel yaitu sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Uji Hubungan Pengetahuan dan Sikap Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 dengan Kepatuhan Diet

Variabel	Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus				Total		P value	Contingency Coefficient
	Tidak Patuh		Patuh					
	(n)	%	(n)	%	(n)	%		
Pengetahuan								
Kurang	27	73	10	27	37	100	0,000	0,453
Baik	10	22,2	35	77,8	45	100		
Sikap								
Negatif	31	79,5	8	20,5	39	100	0,000	0,549
Positif	6	14,0	37	86,0	43	100		

Sumber: Data primer terolah April 2021

Berdasarkan uji statistik hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet ($p\text{-value}=0,000$) dengan kekuatan hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet dikategorikan sedang dengan C sebesar 0,453. Ada hubungan antara sikap dengan kepatuhan diet ($p\text{-value}=0,831$) dengan kekuatan hubungan antara sikap dengan kepatuhan diet dikategorikan sedang dengan C sebesar 0,549.

3.4 Pembahasan

1) Hubungan Antara Pengetahuan dengan Upaya Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Surakarta

Hasil uji *Chi Square* menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Surakarta ($p\text{ value} = 0,000 < 0,05$). Hasil dari penelitian diperoleh bahwa penderita Diabetes Mellitus tipe 2 dengan tingkat pengetahuannya baik yang mempunyai kepatuhan diet sebanyak 35 orang (77,8%) lebih banyak dibanding dengan penderita Diabetes Mellitus tipe 2 pengetahuan rendah yang mempunyai kepatuhan diet yaitu sebanyak 10 orang (27,0%) dan penderita Diabetes Mellitus tipe 2 dengan tingkat pengetahuan baik dan tidak mempunyai kepatuhan diet sebanyak 10 orang (22,2%) lebih rendah dibanding penderita Diabetes Mellitus tipe 2 dengan tingkat pengetahuan rendah dan tidak mempunyai kepatuhan diet sebanyak 27 orang (73,0%).

Pengetahuan tentang kesehatan akan membantu seseorang untuk beradaptasi dengan penyakitnya, mencegah komplikasi dan mematuhi program dan anjuran serta belajar memecahkan masalah ketika menghadapi situasi baru. Pengetahuan penderita Diabetes Mellitus mempunyai pengaruh terhadap kepatuhan dalam menjalani diet Diabetes Mellitus tipe 2. Semakin banyak informasi yang didapatkan maka akan semakin banyak pula pengetahuan yang diperoleh dan bersikap positif terhadap kepatuhan diet Diabetes Mellitus tipe 2. Semakin sering mendapatkan informasi tentang Diabetes Mellitus maka penderita akan semakin patuh karena penderita sudah mencapai tahap penerimaan (Miko, 2012). Menurut Citra (2014), semakin baik tingkat pengetahuan penderita Diabetes Mellitus tipe 2 dalam menjalankan diet maka adaptasi penderita terhadap penyakitnya juga akan semakin baik, karena penderita telah banyak mendapatkan informasi kesehatan sehingga mampu mengontrol jadwal, jenis, dan jumlah dalam menjalankan diet Diabetes Mellitus tipe 2.

Berdasarkan hasil penelitian pada variabel pengetahuan, menunjukkan hasil bahwa penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Surakarta sebagian besar sudah memiliki pengetahuan baik dan juga sejalan dengan mempunyai perilaku kepatuhan diet yang tinggi yaitu sebanyak 35 responden (77,8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bistara (2018), yang mengatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang diet DM dengan kepatuhan menjalankan diet DM dengan $p\text{-value}=0,000$.

Hasil penelitian yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner tentang pengetahuan penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Surakarta menunjukkan bahwa sebanyak 40 responden (48,2%) memberikan jawaban yang salah pada pernyataan tentang jumlah makan yang diberikan kepada penderita Diabetes Mellitus harus disesuaikan dengan tinggi rendahnya kadar gula darah. Hal ini sejalan dengan penelitian Yasmin (2020), yang menyatakan bahwa tinggi rendahnya dipengaruhi oleh jumlah konsumsi makan yang diberikan oleh penderita Diabetes Mellitus tipe 2. Secara teori, penyakit Diabetes Mellitus terjadi ketika jumlah pola makan tidak sesuai sehingga dapat mempengaruhi kemampuan tubuh untuk memproduksi dan memproses gula dalam darah sehingga glukosa dalam darah tidak terkontrol. (Heikes et al, 2008). Sehingga, hal ini membutuhkan perhatian khusus dari pelayanan kesehatan untuk melakukan pendidikan kesehatan tentang jumlah konsumsi pangan pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 agar selalu mengatur dan mengontrol jumlah konsumsi pangan yang disesuaikan dengan tinggi rendahnya kadar gula darah,

dengan jumlah makanan yang telah ditetapkan yaitu konsumsi harian karbohidrat 130-195 gr/hari atau 45-65% dari total asupan energi, konsumsi harian protein 30-60 gr/hari atau 10-20% dari total asupan energi, konsumsi harian serat 20-35 gr/hari, dan buah 150 gr/hari, sehingga kadar gula darah penderita Diabetes Mellitus tipe 2 dapat terkontrol dalam batas normal.

Selanjutnya sebagian besar responden tidak tahu mengenai pernyataan bahwa terkendalinya kadar gula darah adalah kondisi gula darah sesuai dengan nilai normal pada setiap dan sesudah makan dengan persentase sebanyak 45,8%. Secara teori seseorang yang menderita Diabetes Mellitus cenderung memiliki kadar gula darah yang tidak terkontrol (Susanto, 2013). Kadar gula darah akan meningkat drastis setelah mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung karbohidrat dan atau gula (Nurrahmani, 2012). Oleh karena itu, penderita Diabetes Mellitus tipe 2 perlu menjaga pengaturan pola makan untuk menyesuaikan kebutuhan glukosa sesuai dengan kebutuhan tubuh melalui pola makan sehat, yaitu pola makan yang sesuai dengan jadwal, jenis, dan jumlah yang telah disesuaikan.

Pengetahuan responden mengenai manajemen diri terhadap Diabetes Mellitus menunjukkan hasil yang bermacam-macam. Sebagian besar responden dengan pengetahuan kurang mengatakan bahwa pola makan atau diet bagi penderita Diabetes Mellitus tidak terlalu penting karena bisa ditunjang dengan obat-obatan dengan persentase sebesar (24,1%). Pada hasil penelitian, responden menganggap bahwa hanya obat-obatanlah yang dapat mengontrol kadar gula darah. Secara teori, pengelolaan Diabetes Mellitus tipe 2 secara umum dapat berupa terapi non farmakologi dan farmakologi. Terapi non farmakologi meliputi perubahan gaya hidup dengan melakukan pengaturan pola makan (diet), aktivitas fisik, dan edukasi mengenai penyakit Diabetes Mellitus tipe 2. Sedangkan terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian obat antidiabetik, baik berupa oral maupun insulin. Terapi farmakologi pada prinsipnya diberikan jika terapi non farmakologis yang telah dilakukan tidak dapat mengendalikan kadar gula darah hingga mendekati batas kadar normal. Sehingga, edukasi dan pedoman penatalaksanaan diet Diabetes Mellitus tipe 2 oleh pelayanan kesehatan perlu dilakukan dan diberikan kepada penderita Diabetes Mellitus agar mempunyai motivasi untuk melakukan pengaturan pola makan atau diet dan memiliki pengetahuan yang baik mengenai diet Diabetes Mellitus tipe 2.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berpendapat bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan responden, diantaranya adalah tingkat

pendidikan. Amin et al., (2014) menyatakan bahwa pendidikan merupakan salah satu faktor yang menunjang seseorang untuk dimotivasi ke arah yang lebih baik sehingga semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka cenderung akan mempunyai pengetahuan yang lebih baik dalam melakukan kepatuhan diet. Penderita Diabetes Mellitus yang berpendidikan tinggi cenderung lebih mudah untuk menerima informasi dan pengetahuan tentang penyakit Diabetes Mellitus dibanding yang pendidikannya rendah. Berdasarkan hasil penelitian mayoritas tingkat pendidikan responden adalah SMA yaitu sebanyak 25 responden (30,5%). Pendidikan merupakan suatu hal yang penting karena pendidikan akan mempengaruhi pola pikir seseorang tentang sesuatu hal yang nantinya akan berpengaruh dalam pengambilan suatu keputusan. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin besar pengetahuan dan semakin mudah mengembangkan pengetahuan dan teknologi yang berdampak pada peningkatan kesejahteraan seseorang (Notoatmodjo, 2005).

Tingkat kepatuhan menjalankan diet dapat dinilai dari tiga komponen pengaturan makan yaitu jadwal makan atau frekuensi dan waktu makan dalam sehari, jenis makanan yang dikonsumsi sesuai anjuran, dan jumlah asupan terutama energi. Ditinjau dari ketiga dimensi kepatuhan diet Diabetes Mellitus tipe 2 yaitu patuh 3J (Jadwal, Jenis, dan Jumlah) diperoleh hasil bahwa tiap dimensi kepatuhan diet memiliki skor yang berbeda. Pada hasil penelitian menunjukkan penderita yang mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 27 responden (73%) dan mempunyai kepatuhan diet jadwal rendah. Sebanyak 39 responden (47%) menjawab bahwa mereka jarang makan tepat waktu sesuai jadwal makan yang sudah dikonsultasikan ke dokter, perawat atau petugas kesehatan lain. Hal ini disebabkan karena karena latar belakang penderita yang merupakan wiraswasta yang aktif bekerja jadi untuk mentaati jadwal makan yang sudah ditentukan sulit untuk responden dengan kesibukan yang tinggi. Maka dari itu salah satu hal yang dapat membantu adalah dukungan keluarga, dukungan ini sangat diperlukan pada penderita DM, dukungan yang dapat diberikan berupa mengingatkan waktu dan jadwal makan penderita, sehingga penderita DM tetap dapat mematuhi jadwal makan yang telah ditetapkan dengan bantuan keluarga.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa 47 responden (57,3%) dikatakan patuh terhadap dimensi diet jenis, sebanyak 36 responden (80%) dengan pengetahuan baik sudah menerapkan diet yang sesuai dengan jenis yang telah dianjurkan oleh petugas kesehatan. Namun sebanyak 26 responden (70,3%) mempunyai pengetahuan yang kurang dan juga belum menerapkan diet jenis, hal ini

terlihat sebanyak 26 responden (37,3%) masih sering mengonsumsi makanan dan minuman yang manis atau mengandung gula, dan sebanyak 20 responden (24,1%) belum menggunakan pemanis khusus untuk penderita Diabetes Mellitus. Pada dasarnya pengaturan pola makan merupakan salah satu komponen utama dalam keberhasilan penatalaksanaan Diabetes, akan tetapi sering kali terdapat kendala dalam pelaksanaannya, hal ini dikarenakan perubahan pola hidup dan diet yang tidak mudah karena sama saja dengan merubah kebiasaan-kebiasaan yang telah dilakukan penderita yang sudah lama, yang diet jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari mempunyai batasan jenisnya. Standar diet yang dianjurkan bagi penderita Diabetes Mellitus adalah makanan dengan komposisi yang seimbang karbohidrat, protein dan lemak sesuai dengan kecukupan gizi. Jumlah kalori disesuaikan dengan pertumbuhan, status gizi, umur, stress, dan aktivitas fisik untuk mencapai dan mempertahankan kadar gula darah agar tetap dalam batas normal. Frekuensi makan juga sebaiknya sering, namun dengan porsi yang lebih kecil. Hal ini dimaksudkan agar frekuensi kadar glukosa darah tidak terlalu besar, sebaiknya jumlah kalori sehari dengan jarak waktu 3 jam.

2) Hubungan Antara Sikap dengan Upaya Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Surakarta

Hasil uji *Chi-square* diperoleh $p\text{ value} = 0,000 (<0,05)$ maka terdapat adanya hubungan yang signifikan antara sikap penderita Diabetes Mellitus tipe 2 dengan kepatuhan diet Diabetes Mellitus. Hasil dari penelitian diperoleh bahwa penderita dengan sikap positif yang mempunyai kepatuhan diet sebanyak 37 orang (86%) lebih banyak dibanding dengan penderita dengan sikap negatif yang mempunyai kepatuhan diet yaitu sebanyak 8 orang (20,5%). Sementara itu penderita dengan sikap positif tetapi tidak mempunyai kepatuhan diet sebanyak 6 orang (14%) lebih rendah dibanding penderita dengan sikap negatif dan tidak mempunyai kepatuhan diet sebanyak 31 orang (79,5%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Keumalahayati (2019), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sikap dengan kepatuhan diet ($p\text{-value} = 0,021$). Menurut teori Notoatmodjo (2007) sikap merupakan reaksi atau respons yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku.

Menurut Effendi (2010), sikap penderita Diabetes Mellitus tipe 2 sangat

dipengaruhi oleh pengetahuan, yang mana pengetahuan penderita sangatlah penting karena pengetahuan yang akan membawa penderita Diabetes Mellitus untuk menentukan sikap, berpikir dan berusaha untuk tidak terkena penyakit atau dapat mengurangi kondisi penyakitnya. Apabila pengetahuan penderita Diabetes Mellitus baik, maka sikap terhadap diet Diabetes Mellitus semestinya dapat mendukung terhadap kepatuhan diet Diabetes Mellitus itu sendiri. Sikap responden yang tidak baik ditunjukkan dengan sikap responden yang tidak mendukung atau tidak memiliki kepatuhan terhadap diet Diabetes Mellitus. Menurut Almatsier (2009), terapi utama pada Diabetes Mellitus adalah diet, maka setiap penderita semestinya mempunyai sikap yang positif (patuh) terhadap diet agar tidak terjadi komplikasi, baik akut maupun kronis. Jika penderita tidak mempunyai sikap yang positif terhadap diet Diabetes Mellitus, maka besar kemungkinan akan terjadi komplikasi. Agar terhindar dari komplikasi maka sikap penderita harus positif (patuh) terhadap diet dan menjalankan gaya hidup yang sehat.

Pada hasil penelitian sebanyak 4 responden (4,8%) mempunyai sikap yang negatif terhadap penggunaan obat, responden sangat setuju dengan pernyataan bahwa konsumsi obat-obatan adalah satu-satunya cara untuk mengatasi Diabetes Mellitus dibandingkan dengan menjalankan perilaku sehat. Beberapa responden menganggap bahwa penyakit Diabetes Mellitus bukanlah penyakit yang berbahaya sehingga penderita bersikap pasrah dengan penyakit yang dideritanya dengan hanya mengandalkan obat-obatan dan tidak melakukan atau tidak mematuhi anjuran diet sesuai dengan yang telah ditetapkan pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Wijaya (2015), yang mengatakan bahwa penderita yang telah mengalami DM menganggap bahwa penyakitnya tidak berbahaya yang mana kurang mempedulikan penyakitnya sehingga hanya mengonsumsi obat-obatan tanpa melakukan anjuran diet. Menurut Perkeni (2009), pengaturan diet merupakan salah satu hal utama dalam penatalaksanaan Diabetes Mellitus, pemberian obat antihiperglikemia oral tunggal atau kombinasi sejak dini dapat dilakukan bersamaan apabila diperlukan. Sehingga diharapkan pelayanan kesehatan dan tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi, motivasi, konseling terkait obat yang diresepkan untuk pasien, melakukan *monitoring* terhadap keberhasilan terapi DM, serta adanya dukungan serta pengawasan konsumsi obat dari keluarga pasien.

Pada penelitian yang dilakukan memperlihatkan sebanyak 11 responden (13,3%) setuju pada pernyataan yang mengatakan bahwa penyakit Diabetes Mellitus akan

sembuh sendiri tanpa harus ditanggulangi. Beberapa responden menganggap Diabetes Mellitus bukan suatu permasalahan karena dapat dikendalikan, hal ini menunjukkan sikap negatif terhadap penanggulangan penyakit Diabetes Mellitus. Secara teori penanggulangan DM dapat dilakukan dengan pengendalian yang baik, menurut Perkeni (2002), tujuan penanggulangan adalah meningkatkan kualitas hidup penderita DM. Penatalaksanaan dikenal dengan empat pilar utama yaitu meliputi edukasi, perencanaan makan, latihan jasmani, dan pengelolaan farmakologis.

Pada sikap responden mengenai kepatuhan diet jenis Diabetes Mellitus memperlihatkan sebanyak 45 responden (54,2%) merasa tidak terbebani dengan pola makan yang sesuai dengan JENIS yang dianjurkan oleh petugas kesehatan, hal ini merupakan sebuah sikap positif yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden sudah mematuhi diet yang berupa jenis-jenis makanan yang boleh dan tidak diperbolehkan ketika seseorang menderita penyakit Diabetes Mellitus. Sebanyak 48 responden (57,8%) juga merasa tidak terbebani dengan pola makan yang sesuai dengan JUMLAH yang dianjurkan oleh petugas kesehatan, dalam hal ini responden telah mematuhi takaran yang telah ditetapkan yang mana sebagian besar responden sudah memiliki sikap positif terhadap kepatuhan diet jumlah. Hal tersebut juga sejalan dengan kepatuhan diet jadwal yang mana sebanyak 44 responden (53%) sudah memiliki kepatuhan diet jadwal, dalam hal ini sebagian besar responden sudah menjalankan diet sesuai dengan waktu dan jadwal makan sehingga gula darah dapat terkontrol dalam batas normal.

Pada pelaksanaannya terdapat beberapa mitos mengenai jenis dari diet DM yang mana banyak asumsi bahwa jenis nasi putih yang baik untuk dikonsumsi penderita Diabetes Mellitus tipe 2 adalah nasi kemarin. Secara teori faktor yang meningkatkan risiko DM maupun pra DM adalah pola makan yang tidak sehat seperti diet tinggi indeks glikemi dan tinggi lemak, yang mana jenis makanan yang mengandung indeks glikemik tinggi adalah nasi. Penelitian menunjukkan bahwa konsumsi nasi putih yang tinggi dapat berhubungan secara signifikan terhadap peningkatan risiko diabetes tipe 2 yang mana setiap kenaikan porsi asupan nasi putih per hari risiko relatif diabetes mellitus tipe 2 adalah 1,11 (P linear < 0,001⁶). Secara ilmiah hal tersebut dapat dijelaskan sebagai akibat perubahan suhu yang kemudian mempengaruhi struktur pati pada nasi sehingga pati resisten yang terkandung dalam nasi menjadi meningkat kadarnya (Ae, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian dan landasan teori, bahwa sikap penderita Diabetes

Mellitus tipe 2 di Surakarta menentukan perilaku kepatuhan diet Diabetes Mellitus pada penderita, karena sikap merupakan persepsi atau cara pandang seseorang terhadap sesuatu objek atau perilaku yang dinilainya. Semakin baik cara pandang penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Surakarta maka penderita tersebut akan cenderung mematuhi semua aturan penatalaksanaan diet Diabetes Mellitus yang harus dijalani selama perawatan agar tidak terjadi komplikasi.

4. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 ($p \text{ value} = 0,000$). Responden dalam penelitian ini yaitu pasien Diabetes Mellitus tipe 2 dengan rentang usia 35-90 tahun dan mayoritas berusia 55-65 tahun. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan mayoritas tingkat pendidikan adalah SMA. Responden sebagian besar mempunyai riwayat keluarga menderita Diabetes Mellitus dengan lama menderita penyakit Diabetes Mellitus lebih dari 5 tahun. Hasil dari penelitian diperoleh bahwa penderita Diabetes Mellitus tipe 2 dengan tingkat pengetahuannya baik yang mempunyai kepatuhan diet sebanyak 35 orang lebih banyak dibanding dengan penderita Diabetes Mellitus tipe 2 pengetahuan rendah yang mempunyai kepatuhan diet yaitu sebanyak 10 orang. Pada variabel sikap dengan variabel kepatuhan diet Diabetes Mellitus diperoleh $p \text{ value } 0,000 < \alpha 0,05$ yang artinya ada hubungan yang bermakna antara sikap terhadap kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Surakarta. Hasil dari penelitian diperoleh bahwa penderita dengan sikap positif yang mempunyai kepatuhan diet sebanyak 37 orang lebih banyak dibanding dengan penderita dengan sikap negatif yang mempunyai kepatuhan diet yaitu sebanyak 8 orang.

4.2 Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Puskesmas Pajang, Puskesmas Penumping, Puskesmas Sangkrah, Puskesmas Gilingan dan Puskesmas Sibela, atas ijinnya sebagai lokasi penelitian. Terimakasih kepada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 yang telah bersedia menjadi responden penelitian. Kedua orang tua yang telah memberikan doa dan dukungan kepada penulis. Semua pihak yang telah memberikan informasi dan dukungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ae W, H., Gwi J.H., Woo K.K. (2012). *Effect of Retrograded Rice on Weight Control, Gut Function, and Lipid Concentrations in Rats*. Nutrition Research and Practice (Nutr Res Pract) 2011;94:869-76.
- Almatsier, S. (2013). *Penuntun Diet*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Bistara, D.N, Susanti. (2018). *Hubungan Pola Makan dengan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus*. Surabaya: Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.
- Dinas Kesehatan Surakarta. (2018). Profil Kesehatan Kota Surakarta. *Profil Kesehatan Kota Surakarta*, 6-7.
- Effendi, N. (2010). *Dasar- Dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Heikes K.E., Eddy, D. M., Bhakti A, Leonard S. (2008). *Diabetes Risk Calculator: A Simple Tool for Detecting Undiagnosed Diabetes and Pre-Diabetes*, 31(5), 1040-1045
- International Diabetes Federation. (2017). *Annual Report*. Eight edition 2017.
- Keumalahayati., Supriyanti., Kasad. (2019). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kepatuhan Diet Diabetes Melitus pada Pasien rawat Jalan di RSUD Kota Langsa*. Jurnal Gizi dan Kesehatan 1(1) Juli-Desember 2019.
- Nina, R., Abi M. (2012). *Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Penyakit dan Komplikasi pada Penderita Diabetes Mellitus dengan Tindakan Mengontrol Kadar Gula Darah di Wilayah Kerja Puskesmas I Gatak Sukoharjo*. Berita Ilmu Keperawatan ISSN 1979-2697, Vol. 1, No. 2, 63-68.
- Notoadmodjo. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2013). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurrahmani U, (2012). *Stop! Diabetes Mellitus*. Yogyakarta: Familia.
- Perdana, A. A., Ichsan, B., & Rosyidah, D. U. (2013). *Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Penyakit DM dengan Pengendalian Kadar Glukosa Darah pada Pasien DM tipe II di RSUD PKU Muhammadiyah Surakarta*. Biomedika 5, no. 2 (2013).
- Purwanto, Nasrul Hadi. (2011). *Hubungan Pengetahuan Tentang Diet Diabetes Mellitus dengan Keptuhan Pelaksanaan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus*. Jurnal Keperawatan vol 01 no 01, Januari-Desember 2011.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI*.
- Setyani. (2007). *Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Tentang Diabetes Mellitus dengan Kepatuhan dalam Melaksanakan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus*.

- Smeltzer SC, Bare BC. (2002). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth. Edisi ke-8. Jakarta : EGC.
- Susanto, T. (2013). *Diabetes, Deteksi, Pencegahan, Pengobatan*. Jakarta: Buku Pinta ISBN.
- Ucik W, Setyaningrum R, Siti Z. (2010). *Hubungan Tingkat Pengetahuan, Asupan Karbohidrat dan Serat dengan Pengendalian Kadar Glukosa pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2*. Jurnal Penelitian Sains & Teknologi, vol. 10, No. 2; 130-132.
- Yasmin A. B. (2020). *Pengaruh Konsumsi Pangan Terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Klinik Asri Wound Care Center Medan*. Universitas Sumatera Utara.